

# Permita que el Bebé Establezca el Ritmo

**Una Alimentación con Biberón con Ritmo de Respuesta** permite que el bebé establezca la velocidad (o ritmo) al ser alimentado, mientras los cuidadores responden a las pistas del bebé. Reducir la velocidad del flujo de la leche humana o fórmula del biberón en la boca del bebé les ayuda a hacer pausas y saber que están llenos. Esto significa menores posibilidades de alimentación excesiva, gas o incomodidad, y vómito. Los bebés de todas las edades pueden aprender a establecer sus propios ritmos.

## 1. ¿Mi Bebé Tiene Hambre?

Alimente al bebé cuando observe estas pistas de que tiene hambre:

- Se coloca las manos cerca de la boca.
- Inclina los brazos y piernas hacia el cuerpo.
- Hace sonidos de succión.
- Frunce los labios.
- Busca la tetilla (reflejo de búsqueda).



## 2. Alimente al Bebé.

Siempre sostenga al bebé y el biberón cuando lo esté alimentando.



- **Sostenga al bebé** en posición casi erguida.
- **Roce la tetilla del biberón** sobre el labio superior del bebé. Espere hasta que el bebé abra la boca.
- **Sostenga el biberón** de forma casi plana, haciendo que la mitad de la tetilla del biberón se llene de leche.
- **Coloque la tetilla en la boca del bebé**, asegurándose de que el bebé se haya prendido de forma intensa.
- **Alimente al bebé de forma lenta.** Permita que haga pausas y respire cada algunas pocas succiones.
- **Repita esto según sea necesario:**
  - **Incline el biberón hacia abajo** para darle un pequeño descanso al bebé.
  - **Incline el biberón hacia arriba** cuando el bebé vuelva a succionar.

## 3. ¿Está el Bebé Lleno?

Deténgase cuando el bebé esté lleno.

Observe las pistas de que está lleno.

- La succión se hace más lenta o se detiene.
- Relaja las manos y brazos.
- Se aleja de la tetilla.
- Empuja hacia afuera.
- Se queda dormido.



¡Vea este video!



MDHHS-Pub-1636 (1/23)

Adaptado del WIC del Condado de Washtenaw  
Esta institución es un proveedor que ofrece  
igualdad de oportunidades.

El Michigan Department of Health and Human Services (MDHHS) no discriminará a ningún individuo o grupo en base a su raza, origen nacional, color, sexo, discapacidad, religión, edad, altura, peso, condición familiar, consideraciones partidarias o información genética. Discriminación basada en sexo incluye, pero no se limita a, discriminación basada en la orientación sexual, identidad de género, expresión de género, características sexuales, y embarazo.